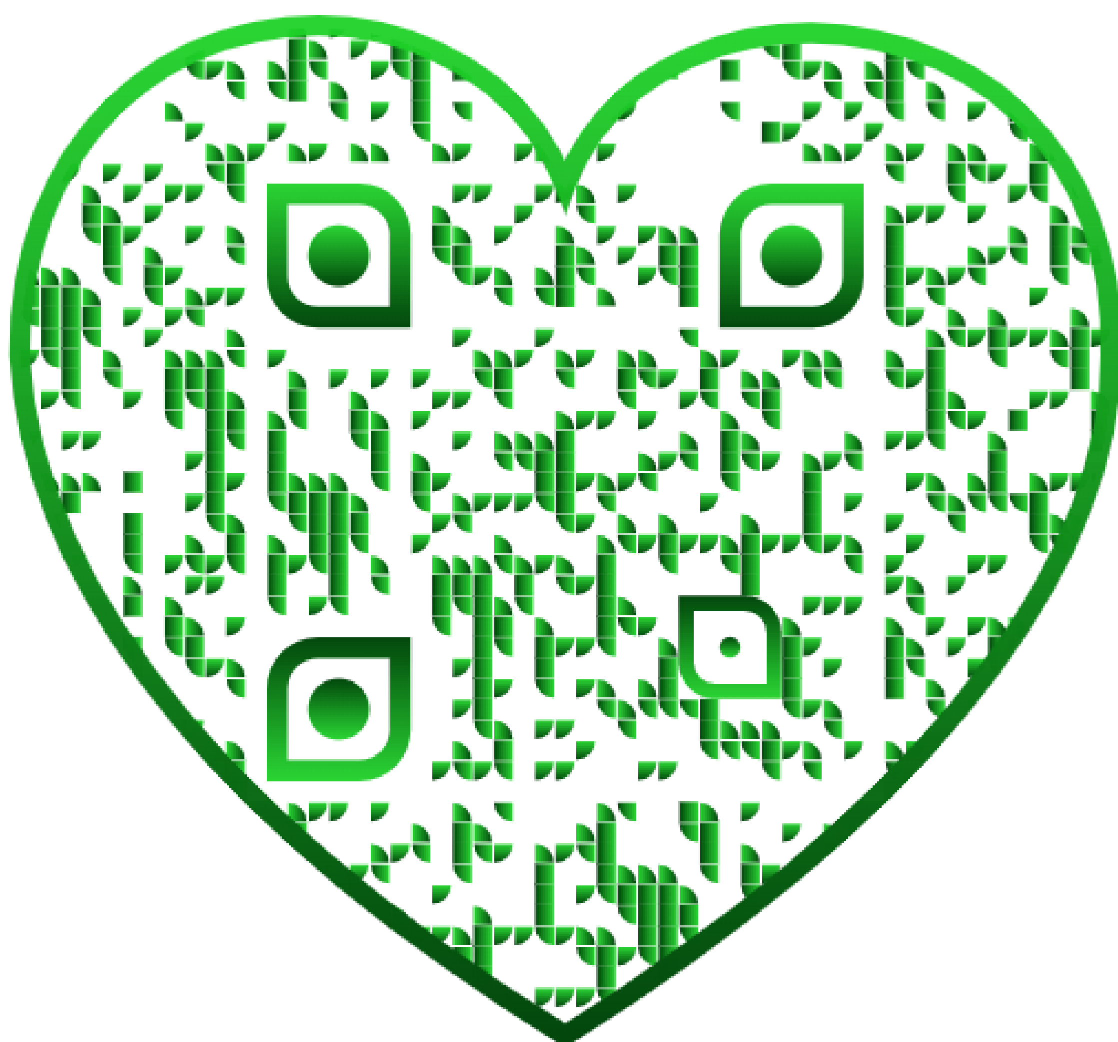
PNL

REPROGRAME SUA MENTE



Robert Miller



PNL: SEGREDOS PARA REPROGRAMAR SUA MENTE

- *Reprogramando sua mente para o sucesso*-

© Copyright – Todos os direitos reservados.

De nenhuma forma é permitido reproduzir, duplicar ou transmitir qualquer parte desse documento, seja em meio eletrônico ou em formato impresso. A gravação desse documento é estritamente proibida e qualquer tipo de armazenamento não é permitido a menos que tenha permissão por escrito do editor. Todos os direitos reservados. Qualquer uso ou abuso de qualquer uma das políticas, processos ou direções, é de inteira e solitária responsabilidade do leitor. Sob nenhuma circunstância o editor pode ser responsabilizado por qualquer reparação, danos ou perda monetária em virtude de informações aqui contidas, seja de forma direta ou indireta.

Nota de renúncia:

As informações contidas nesse documento são para fins educacionais e de entretenimento apenas. Os esforços aqui utilizados foram feitos para prover informações atualizadas, completas e reais. Nenhum tipo de garantia está aqui expresso ou implícito. É para conhecimento dos leitores de que o autor não está prestando nenhum tipo de conselho jurídico, financeiro, médico ou profissional.

Através da leitura desse documento os leitores concordam que, sob nenhuma circunstância somos responsáveis por quaisquer perdas diretas ou indiretas, que forem resultado do uso da informação contida nesse documento, incluindo, mais não apenas limitado a erros, omissões ou imprecisões.

CONTEÚDO

Introdução
Capítulo 1 – Descobrindo a PNL
Capítulo2-HIPNOSE x PNL
Capítulo 3-Libertando a PNL
Capítulo 4-como superar barreiras e medos com a PNL
4.1. Vencendo barreiras emocionais.
4.2. Medo de cometer erros
4.3 A PNL e a zona de conforto
Capítulo 5-Vencendo a procrastinação com a mente
5.1. Desmascarando os vilões da procrastinação
5.2. Os tipos de MOTIVAÇÕES HUMANAS
Capítulo 6-PNL para gerar atração
6.1. Alterando sua energia atrativa
6.2. Alterando as crenças limitantes
Capítulo 7-PNL para gerar riqueza
Capítulo 8-PNL para vencer fobia social
Capítulo 9-PNL para blindar a autoconfiança
Capítulo 10-Aumentando o poder da PNL
Capítulo 11-PNL como ferramenta de persuasão
Capítulo 12- 5 etapas essenciais para o domínio completo da PNL
Conclusão

INTRODUÇÃO

A PNL é um assunto que gera curiosidade em muitas pessoas, e tudo isso tem uma razão. Vivemos em um mundo onde todos tentam controlar nossas vidas desde agencias de publicidade, escolas até o governo ao mesmo tempo que nos cobram por sucesso e produtividade.

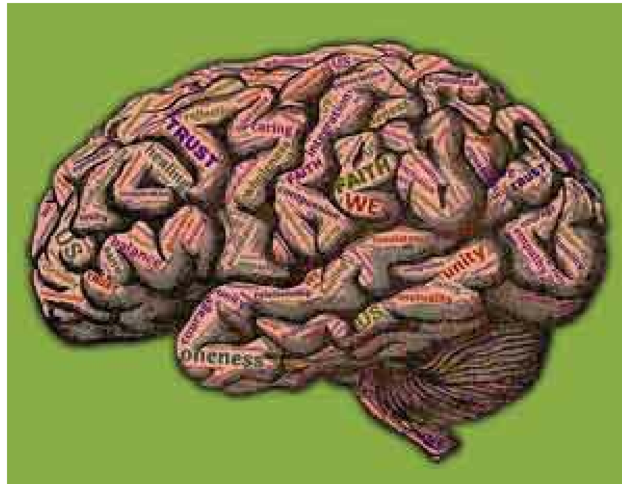
A PNL nos apresenta ferramentas poderosas para o entendimento e domínio da nossa própria mente e do nosso poder de influência através da comunicação efetiva. Técnicas que antes eram só usadas por CEOs e líderes de sucesso em grandes empresas agora estão ao alcance de qualquer um. A programação neurolinguística não é uma ferramenta mágica, ela é uma área do conhecimento capaz de reprogramar seus pensamentos, sentimentos e ações para aumentar suas chances de obter o que você deseja usando o seu máximo potencial.

Leia este ebook agora e descubra como! Para terminar, se você gostou deste ebook, poderia ser gentil e deixar uma nota e um comentário sobre ele na Amazon.com.br ? Obrigado novamente e se divirta!

Mais uma vez, obrigado e divirta-se!

CAPÍTULO 1 – DESCOBRINDO A PNL

De forma ampla, a PNL ou a Programação Neurolinguística é um programa mental de muito valor que envolve os sentidos humanos e seus métodos de comunicação com a mente. Como ela é útil? Ela pode ajudar as pessoas no desenvolvimento de novos comportamentos e hábitos para toda a vida. Ela ajuda a melhorar as próprias experiencias e também com ela pode ser descobrir como os indivíduos criam suas experiências dentro de suas mentes e como podem exatamente seguir desenvolvendo novos aprendizados e comportamentos que são necessários, mas muitas vezes negligenciados, para melhorar sua vida.



A PNL é única em comparação com vários estudos que tem relação ao comportamento humano, uma vez que se concentra na replicação e na aprendizagem de habilidades. Isso significa que apenas o domínio da PNL pode ajudar você a se desenvolver como pessoa sendo mais determinada e sentir-se mais energizada em alcançar suas metas pessoais e profissionais e aceitar mais responsabilidades que te levará a um passo além do que você se encontra hoje. Isso também pode ajudar você a usar e desenvolver ainda mais seus talentos mentais e físico. Esses fatores podem aumentar a sua autoconfiança e isso vai te ajudar a encontrar o rumo da sua vida em que deveriam estar.

A PNL refere-se a áreas neuro e linguísticas na vida dos indivíduos, uma vez que inclui componentes essenciais na fabricação da experiência humana necessária quando se trata de linguagem e neurologia. Também envolve pensamentos planejados, bem como um aprendizado das práticas cognitivas e psicológicas por trás de cada comportamento. Ela também fornece as habilidades e ferramentas necessárias para o desenvolvimento de estados de excelência nas pessoas bem como a criação de um sistema que dá poder a pensamentos com relação ao que as pessoas são e o que realmente é a comunicação efetiva.

Ela também ajuda no processo de autodescoberta, que permite determinar em que caminhos você será mais bem-sucedido. Na vida da maioria das pessoas, é absolutamente inevitável duvidar do rumo ou da carreira que está seguindo, qual profissão aprenderá, qual emprego terá ou que negócio iniciará. Nesse caso, a PNL pode ser vital para você, pois pode levá-lo a descobrir seu lugar real neste mundo. Algumas pessoas geralmente mantêm sua profissão ou carreira, mesmo que não estejam cem por cento felizes e satisfeitos com ela. Bem, é devido ao fato de que eles precisam do emprego para sobreviver a uma condição econômica difícil ou situações econômicas que estamos vivenciando no Brasil.

A aprendizagem da PNL pode permitir que os indivíduos descubram as carreiras, profissão ou negócio que irão começar juntamente com as melhores maneiras possíveis para alcançar seus objetivos pessoais e profissionais. Por meio da PNL, um indivíduo também pode perceber que alguém pode conseguir o que quer, desde que seja determinado, qualificado e motivado o suficiente. Ao fazer isso, eles nunca conseguem desistir depois de dar os primeiros passos essenciais para avançar no processo em direção ao pico de seus objetivos.

A única coisa que eles devem sempre ter em mente é a palavra "ir em frente". Este é provavelmente o caminho para que leva ao sucesso; siga seus sonhos, seu coração e sua paixão. Tome ações, analise o resultado de cada ação para verificar se está lhe direcionando para o futuro que você deseja criar e caso não esteja mude suas ações para gerar novos resultados que lhe conduzirão aos seus sonhos. Uma vez que você goste do que está fazendo, certamente obterá o sucesso que queria obter. Tente se imaginar se mantendo em seu trabalho ou profissão enquanto você não está muito feliz com isso,

não é irritante? Bem, absolutamente. Portanto, você deve ser responsável o suficiente, pelo menos por si mesmo, seguindo seus sonhos e considerando todas as maneiras possíveis para atingir seus objetivos.

Geralmente, a principal razão pela qual a maioria das pessoas se mantém no trabalho é o fato de existirem pessoas à sua volta que as fazem fazê-lo. Provavelmente, sua família ou amigos, mas se um determinado indivíduo sabe como se comunicar corretamente com todos ao seu redor, não deve seguir a vontade de outros. Se alguém tem boa capacidade de comunicação, pode perfeitamente fazer as pessoas entenderem sua parte ou o que elas queriam dizer. Dessa forma, eles podem convencer ainda mais as pessoas, incluindo seus parentes, de que o que elas querem tem o poder lhes causar coisas boas.

A PNL desempenha um papel vital na vida de qualquer um; portanto, se você deseja encontrar a profissão ou carreira em que você se sentirá plenamente feliz e satisfeito, considere aplicar os princípios da PNL. Isso também pode ser importante para você sair da sua concha e zona de conforto. Imagine estar preso em algum lugar, você pode imaginar como é chato? Sem conseguir usar todo o seu potencial com o qual você nasceu.

Várias pessoas nunca conseguem explicar o seu ponto de vista e nem mesmo conseguem fazer as coisas reais que realmente queriam fazer. Em vez disso, elas acabam fazendo coisas que não escolheram, mas sim fazem o que foi determinado por outras pessoas. Nesse caso, é mais provável que você viva sua vida por outras pessoas, o que definitivamente não é justo.

Uma dúvida muito comum é em relação a hipnose e a PNL. No próximo capítulo você entenderá melhor essa relação

CAPÍTULO2-HIPNOSE X PNL



A hipnose refere-se à capacidade de mudar pensamentos e padrões de comportamento. Envolve diretamente a mente subconsciente humana. Os especialistas em hipnose normalmente usam a hipnose no nível subconsciente para desenvolver autoestima, livrar-se dos vícios e também mostrar que podem fazer o que pensam que não poderiam fazer. Por exemplo, você desenvolveu um vício em fumar e pensa e profundamente acredita que não pode superar isso, então pode precisar de hipnose para poder desenvolver o outro lado de seus pensamentos e crenças de maneira positiva.

Na verdade, a hipnose tem sido de grande ajuda para os indivíduos, especialmente para aqueles que acham muito difícil desenvolver algo em relação a eles – ou que duvidam de si mesmo a nível físico ou intelectual. Ela é uma ótima maneira de provar que tudo neste mundo é possível se você escolher torná-lo possível. No entanto, isso não significa que uma pessoa sempre deva confiar na hipnose se quiser alcançar algo para sua vida.

A hipnose é uma ótima alternativa no desenvolvimento de coisas difíceis de aceitar ou perceber, mas não significa que ela seja vital ou sempre necessária para o desenvolvimento de algo.

O fato é que a hipnose pode ser uma grande ajuda para o desenvolvimento de algumas tarefas, isso não significa, necessariamente, que todo mundo precise usá-la o tempo todo se quiser desenvolver algo para si próprio. No entanto, existem vários fatores que você deve saber sobre hipnose e estes incluem o seguinte:

A hipnose deve ser aplicada com a ajuda de um terapeuta especialista ou profissional. Se você acha que precisa desenvolver ou interromper algum comportamento negativo, deve confiar apenas no especialista. Nunca considere ser hipnotizado por uma pessoa que não é especialista em hipnose. Lembre-se sempre de que isso envolve tanto seu intelecto quanto todo o seu ser. Portanto, você deve ser cauteloso o suficiente quando considerar o hipnotismo para resolver algumas coisas.

Existem várias teorias que tentam esclarecer a hipnose. Alguns olham para o seu funcionamento interno, e outros tentam procurar outras explicações para descartar sua existência. O esclarecimento mais amplo da hipnose é que ela se concentra em uma palavra ou pessoa específica e tem um efeito influente no intelecto que leva à aparente aceitação. Dessa maneira, a mente pode se tornar muito focada em alcançar o que eles querem alcançar.

A hipnose é amplamente utilizada nos tempos modernos de hoje no tratamento de uma variedade de problemas; vício, por exemplo. É quase difícil para quase todos superar o vício, a menos que eles tentem se reabilitar. Ela também pode ser usada no desenvolvimento da autoestima e pode ajudar muito a mostrar seu eu interior. Existem pessoas que não têm coragem de mostrar ou compartilhar sua parte interior com o público por várias razões, alguns acham difícil se comunicar com outras pessoas ou têm crenças limitantes que as impedem de mostrar às pessoas quem realmente são. Isso significa que eles não têm coragem de mostrar seu talento, habilidades e até de compartilhar seus conhecimentos porque se limitam a ser a pessoa a quem verdadeiramente não são.

De um modo geral, a hipnose pode ser uma grande ajuda, especialmente para indivíduos que não têm coragem ou estímulo suficiente para sair da zona de conforto para revelar e compartilhar seus talentos com os outros. No entanto, depois de considerar essa opção, você deve procurar primeiro especialistas nesse campo e certificar-se de que ele ou ela esteja licenciado para praticar a hipnose. Nesses casos, você deve ser extremamente cauteloso, pois esse é um processo médico sério. Tanto quanto possível, você precisa fazer uma pesquisa completa sobre isso antes de considerar o hipnotismo como o caminho para desenvolver ou interromper algum processo em sua vida.

A escolha da hipnose depende profundamente de sua preferência. De fato,

você nunca pode ser hipnotizado por ninguém, por mais experiente que seja um hipnotizador a menos que você queira. Hipnose envolve a mente ou o intelecto; portanto, se você acredita e seu intelecto está programado para não ser hipnotizado, certamente você não poderá ser hipnotizado. A hipnose é poderosa, mas ainda assim o intelecto e a vontade de uma pessoa são mais poderosos. Imagine uma pessoa doente que foi curada, simplesmente porque ele ou ela acreditou que seria.

Isso é exatamente o mesmo que hipnose; você não pode ser hipnotizado se sua mente não estiver pronta para o processo, mas se você estiver pronto o suficiente, poderá. Esse processo também pode ser uma ótima maneira de enganar pessoas inocentes; portanto, se você não sabe nada sobre isso, precisa aprender fatos essenciais sobre o assunto. Nunca se deixe enganar pelas pessoas que usam suas habilidades e conhecimentos de hipnose para enganar indivíduos.

Antes de libertar o poder da PNL você precisam entender alguns princípios relacionados a comunicação, para ela ser efetiva ela precisa de duas coisas que veremos a seguir...

CAPÍTULO 3-LIBERTANDO A PNL



A programação neurolinguística ou a PNL pode ser uma grande ajuda para as pessoas desenvolverem autoconfiança e terem sucesso em todos os seus empreendimentos. É um ótimo treinamento que envolve extensivamente a comunicação mental que é muito importante em todos os momentos. Toda pessoa varia entre si quando se trata de atitudes, limitações e até habilidades e conhecimentos. Assim, existem indivíduos que raramente se mostram em público e preferem limitar-se a um estilo de vida muito simples e reservado. Bem, de fato, se eles optarem por realizar um determinado treinamento em PNL, pode ser possível que eles percebam a importância de uma determinada pessoa para si mesmo.

Toda pessoa tem que enfatizar que tem uma comunicação clara e sólida com os outros, provavelmente com seus amigos e familiares, para que eles possam entender perfeitamente as coisas que precisam trabalhar e as coisas que precisam se livrar. No entanto, há casos em que uma pessoa não pode ser boa em formular palavras bonitas, concisas e claras para a comunicação, portanto, não pode dar ao luxo de expressar isso; e isso responde exatamente por que a PNL funciona e ajuda as pessoas a desenvolver autoconfiança. É por causa do fato de que o treinamento em PNL envolve tanto o intelecto quanto a habilidade humana para que eles possam se comunicar bem.

Há casos em que uma pessoa sente que é muito boa em conversar com outras pessoas e é confiante de que pode usar a comunicação para explicar extensivamente e falar por si mesmo. Mas quando chega à sua vez de dizer alguma coisa, todas as palavras que estão em seu intelecto ou as que ele formulou antes de seu discurso desaparecem com o vento. Nesse caso, uma

pessoa deve ser submetida a treinamento em PNL. Existem vários tipos de treinamentos de PNL; portanto, você deve determinar primeiro qual deles melhor se adequa a você.

Você é o único que pode determinar que tipo de treinamento deve participar, já que você é o único que conhece suas limitações e habilidades.

As duas coisas que você deve desenvolver são: disciplina e honestidade. Ao mesmo tempo, você deve analisar com cuidado e honestidade o que pode fazer e alcançar na comunicação. Lembre-se sempre de que você precisará disso essencialmente se deseja obter sucesso em seu treinamento em PNL e se deseja experimentar e aproveitar a ajuda ela poderá fornecer para você se desenvolver melhor. Por exemplo, as pessoas que são tímidas são razoavelmente compreensíveis, mas podem ignorar maneiras de superar isso, provavelmente estão se colocando em uma prisão.

A cadeia significa que eles não podem se dar ao luxo de explorar e se conhecer melhor, porque têm crenças limitantes, que é exatamente o que significa "prisão". Depois de pensar que você é esse tipo de pessoa, é melhor mudar para melhor agora e se aprofundar na PNL, tanto antes quanto possível. Isso pode ajudar as pessoas a explorar e descobrir coisas novas nelas, dia após dia, através da comunicação clara e suficiente com as pessoas ao seu redor e com sigo mesmo. É sempre bom conversar com várias pessoas. Lembre-se de que conversar pode levá-lo a conhecer e compartilhar coisas que também podem levá-lo a aprender ou ter uma ideia de quem você realmente é.

A maioria das pessoas costuma dizer que se conhece plenamente. Bem, a verdade é que todo indivíduo nunca deve parar de tentar descobrir várias coisas novas sobre eles, tanto quanto descobre vários fatos e coisas na realidade. Cada novidade é imparável ou ilimitada; portanto, você deve considerar realizar o que pode: o que pode fazer, dizer, ver e sentir. Na PNL, deve-se usar os quatro sentidos, uma vez que também é muito necessário em comunicação, e a comunicação desempenha um papel vital para ajudar você a atingir seus objetivos.

Atualmente, as pessoas têm que ser sábias e devem aprimorar suas habilidades na comunicação com os outros. Se você acha que não consegue se comunicar falando, pelo menos comece a se comunicar via bate-papo, e-

mails para escrever seus pensamentos. Depois, tente falar sobre isso, talvez com as pessoas que você gosta primeiro, para que você possa se acostumar. Mais tarde, você perceberá que está no meio do caminho para seus objetivos e é muito bom em comunicação.

A PNL está por trás do sucesso de todo ser humano; neuro para o seu intelecto e linguístico para a melhor comunicação que você precisa desenvolver. Isso é realmente muito importante quando se trata de ajudar a si mesmo a alcançar objetivos tangíveis e intangíveis. Em geral, deve-se considerar a PNL, especialmente se você deseja conquistar algo, mas está sendo limitado por seus pensamentos, bem como por suas habilidades.

CAPÍTULO 4-COMO SUPERAR BARREIRAS E MEDOS COM A PNL



A PNL é um programa que pode ser muito útil para indivíduos que têm problemas com suas habilidades de comunicação física e mental. Ela abre os olhos das pessoas para a importância da programação mental e da maneira eficiente de se comunicar com outras pessoas. A comunicação desempenha um grande papel no sucesso de cada do indivíduo, e esse é um dos fatos que explicam bastante a importância da PNL. Pode ajudar as pessoas a se expressarem e fazer com que outras pessoas as entendam. Bem, qualquer um queria ser ouvido e compreendido, especialmente se quisesse algo realmente difícil de adquirir, como um trabalho requer boas habilidades de comunicação.

Por outro lado, a PNL também tem grandes papéis quando se trata de vencer barreiras mentais. Há momentos em que a maioria das pessoas se proíbe de falar ou se explicar e prefere deixar que outras pessoas as julguem e digam algo por elas. Bem, na verdade, eles podem realmente fazer um favor a si mesmos, sendo capazes de expressar seus próprios pensamentos. Assim, a seguir, são apresentados alguns dos casos em que a PNL poderia provar seu grande papel na conquista de barreiras mentais:

4.1. VENCENDO BARREIRAS EMOCIONAIS.

Esse caso pode explicar melhor o papel da PNL no vencimento de barreiras mentais. É bastante compreensível o motivo pelo qual os indivíduos ficam com medo ao se expressar através de palavras, especialmente se precisam conversar com vários indivíduos ou se devem algo a uma determinada pessoa. Bem, o que os mantém nesse estado são suas crenças e medo de serem rejeitados. A PNL explica ainda que é normal que uma pessoa nem sempre receba elogios quando fala; e isso deve ser aceito naturalmente. Às vezes, a pessoa precisa receber rejeições para poder analisar melhor suas fraquezas. Isso pode permitir que ele formule soluções alternativas para seu autoaperfeiçoamento, para que, da próxima vez, ele saiba exatamente a melhor abordagem para se expressar. Muitas vezes, com essas rejeições, ele pode se tornar mais criativo e ter ideias essenciais a serem proferidas em outros momentos.

4.2. MEDO DE COMETER ERROS

Este fato é bastante compreendido, pois não há ninguém que queira falhas na vida. Mas se você olhar para o lado positivo da vida, provavelmente perceberá que um indivíduo normal precisa muito de falhas para obter coragem para enfrentar todos os desafios ao longo do caminho. A Programação Neurolinguística explica ainda como as pessoas podem ter uma configuração mental para que possam obter as coisas que desejam. Ao mesmo tempo, eles podem descobrir perfeitamente como enfrentarão as falhas de uma maneira que possa ser útil para eles. Dessa forma, eles podem evitar ainda mais as barreiras mentais que destroem sua confiança e coragem para se aventurar no mundo.

4.3 A PNL E A ZONA DE CONFORTO

A maioria das pessoas geralmente falha quando tem que falar por si mesma na frente de várias pessoas, porque é vergonha demais fazê-lo. A PNL pode ajudar esses indivíduos, permitindo que eles saiam das suas zonas de conforto. Ou seja, eles podem enfrentar a multidão e depois falar por si mesmos sem barreiras mentais ou emocionais. É explicável porque algumas pessoas estão tendo dificuldade em falar por si mesmas, pois podem ter tido experiências anteriores que aumentam suas hesitações. É aqui que a PNL pode ser de grande ajuda para eles, pois pode levar as pessoas a enfrentar gradualmente seus medos e hesitações.

Se você perceber que está enfrentando essas desvantagens, considere ter o treinamento em PNL ou, pelo menos, faça uma pesquisa detalhada sobre o que é esse treinamento e programa. Dessa forma, você poderá aplicar alguns de seus princípios em qualquer caso que desejar. De fato, aprender algumas técnicas sozinho pode ser bastante benéfico, considerando que os treinamentos e a participação no programa atualmente são caros.

No entanto, isso não significa que você não precise gastar nada no desenvolvimento dos ensinamentos ou dos princípios da PNL. Claro, existem casos em que você ainda precisa. O ponto principal é que você precisa procurar meios que possam economizar dinheiro ao aprender com ela. Tanto quanto possível, você precisará de coragem, habilidade e conhecimento quando preferir aprender as coisas sozinho.

Você precisa avaliar se precisará de treinamento em PNL ou se pode fazê-lo sozinho. Lembre-se sempre de que, se você deseja uma avaliação precisa, deve fazê-lo por si próprio, pois ninguém pode avaliar as coisas para você, a não ser você mesmo.

CAPÍTULO 5-VENCENDO A PROCRASTINAÇÃO COM A MENTE

Procrastinação é o comportamento que se caracteriza pelo adiamento da ação ou de uma tarefa para um momento posterior. Saber qual é a causa é o primeiro passo para superar o problema. Existem várias razões pelas quais as pessoas estão procrastinando. Alguns são frequentemente causados pelo ambiente em que vivem e por sua educação. Há algumas correntes filosóficas e estudo que afirma que as pessoas que receberam muitas críticas em seus primeiros anos de vida são as que se tornam procrastinadoras.

5.1. DESMASCARANDO OS VILÕES DA PROCRASTINAÇÃO

- *Estresse.* Todo mundo sabe que o estresse pode realmente desencadear respostas em nosso sistema e que causa reação a algo negativamente. Quando uma pessoa se sente ansiosa e preocupada, ela tende a ser menos produtiva. A procrastinação é aplicada nesse tipo de situação como forma de lidar com o estresse é como um mecanismo para aliviar o estresse. Nesse tipo de situação, sua mente lhe dirá que você precisa fazer o trabalho necessário e que não deve sentir o estresse envolvido.
- *Sobrecarregado.* Se você está tendo muitas coisas para fazer ao longo do seu dia, isso também aciona a procrastinação. É como se seu cérebro não cooperasse com um cronograma que não é razoável de cumprir. A única parte irônica disso que é crucial é o tempo. Você deve executar o seu melhor para concluir as tarefas que lhe foram dadas.
- *Preguiça.* A sensação de inquietação emocional e física também pode desencadear procrastinação. Se você acha que o trabalho dado a você precisará de muita energia para ser concluído. Você pensará em adiar a tarefa e será procrastinado para conservar a energia. Ao continuar adiando a tarefa pelo motivo de não ter energia para fazer o trabalho, você certamente descobrirá que seu hábito de procrastinação está fora de controle.
- *Falta de habilidade.* Essa é uma das coisas que as pessoas têm medo de admitir para si mesmas. Por exemplo, você recebe uma tarefa, mas não sabe que pode conclui-la, mas precisa continuar a tarefa porque é necessária; no entanto, você procrastina. Este gatilho é baseado em você evitando a dor. Você não tem certeza de como concluir a tarefa, então procrastina para evitar a dor de falhar. O padrão de evitar a dor que você sente através da procrastinação é como um hábito incapacitante.
- *Perfeccionismo.* Esse é um pensamento muito comum que pode levar à procrastinação. Algumas pessoas acreditam que devem realizar um trabalho perfeitamente e isso lhes traz estresse.

O acima mencionado são as causas que desencadeiam a procrastinação para as pessoas. Como dissemos anteriormente, às vezes a procrastinação é causada também pelo ambiente em que você vive. E, quando uma pessoa recebe críticas das pessoas ao seu redor, ela tende a desenvolver um mecanismo de defesa. Uma pessoa então tende a evitar executar tarefas apenas para evitar ser criticada. E quando isso acontece, eles se tornam preguiçosos e desmotivados.

Independentemente dos motivos, existem várias etapas que você pode fazer para evitar e superar a procrastinação. A primeira coisa que você pode fazer para superar essa situação é descobrir seu propósito.

Você precisa estar motivado também para descobrir seus objetivos.

5.2. OS TIPOS DE MOTIVAÇÕES HUMANAS

Existem dois tipos de motivação e esses são o medo e prazer. Embora todos negociem internamente com esses dois elementos, você deve variar entre um e outro. Na PNL a orientação motivacional humana é usada e descrita como algo que faz você se mover em direção de algo ou se afastar. Quando falamos de procrastinação, isso se torna muito vital para você entender sua direção e usar cada um para seus benefícios.

Se você escolhe seguir na direção das recompensas(prazer) ao invés de afastar-se das consequências negativas (do que causa dor), pode conscientemente se preparar para tirar vantagem desse aprendizado. Por exemplo, se você tem convívio com pessoas que agem com medo de falhar e começar a se associar com pessoas com comportamento oposto vai te influenciar a mudar seu comportamento para se tornar mais positivo.

Para interromper a procrastinação, é necessário fazer uma alteração e tentar usar um programa de mudança pessoal, como a PNL. Essa técnica ajuda você com as mudanças pessoais que você precisa fazer em si mesmo para interromper a condição negativas. Muitas pessoas sofrem de procrastinação sem saber que já estão procrastinando. A PNL é uma das opções para superar a procrastinação.

CAPÍTULO 6-PNL PARA GERAR ATRAÇÃO

A lei do universo, que é a lei da atração, é como a lei da gravidade. E, assim como os dois, você pode controlá-los quando souber a fórmula. A lei da atração varia com seu estado de espírito. Você tem que ter o desejo de conseguir algo que deseja e, às vezes, até o que não deseja com o objetivo de alcançar. Se você for sincero, e aceitar que tem quer trabalhar para conseguir o que deseja você irá alcançar.

A lei da atração, bem como a lei da energia, é a lei da matéria. A energia varia de acordo com o seu estado de espírito, porque sua energia pessoal é absorvida pelo seu estado de espírito e não pela sua beleza, educação e trabalho. Se você tem o pensamento de uma pessoa rica, seu estado de espírito será igual ao seu pensamento de ser rico. Mas quando você se apega ao pensamento de estar na classe média, não importa quantos amigos e educação você alcança. Você permanecerá nesse pensamento até que você o mude.

6.1. ALTERANDO SUA ENERGIA ATRATIVA

Suas crenças somadas a sua visão interna e sua paixão serão iguais à sua manifestação. Sua energia é determinada pela crença que é multiplicada por sua ação. Então, sua visão multiplicada por sua paixão definirá a manifestação exata. Para mudar sua energia, você precisa mudar suas crenças e sua paixão.

6.2. ALTERANDO AS CRENÇAS LIMITANTES

Os homens nascem neste mundo sem nenhum um conjunto de crenças. Mas, a família, amigos, escola e também os vizinhos mudarão a crença de uma pessoa com o passar do tempo. As crenças mudam pouco a pouco no desenvolvimento da vida e de novas habilidades. A PNL é uma maneira pela qual as pessoas tentam elevar suas vibrações. Este é o que faz muita gente buscar processos de mentoring e coaching. Essa mudança também pode ser feita passando um tempo com quem já fez o que você pretendia fazer.

A programação neurolinguística é um método que o ajudará a controlar sua emoção todas as vezes. Se você tiver autoconfiança em meio a circunstâncias repentinas, a técnica da PNL pode ser de grande ajuda para você. A disciplina do programa neurolinguística foi desenvolvida, acima de tudo, com o objetivo de motivar uma pessoa. As experiências humanas são pensadas em como tendo padrões, mistura de movimentos, comportamento e crenças.

A PNL é como um estado de espírito, onde você deve pensar de maneira positiva. Se você desenvolver o sentimento e a ideia de que não pode fazer uma determinada coisa, não poderá fazê-lo - pois você já está sendo atingido pelo medo. As pessoas que têm uma atração negativa tendem a procrastinar e acreditar que não podem fazer isso ou aquilo. A PNL resolve isso, basta que você lembre-se de que todas as coisas que estão sendo dadas a você devem ser feitas.

Ver as coisas cobre outro ponto de vista é uma das técnicas usadas na PNL. Isso lhe dará uma visão positiva ao fazer certas atividades ou trabalhos sem se por sob pressão. Quando você abre os olhos para o mundo, vê o ambiente à sua volta de maneira diferente, com atitudes, comportamentos e crenças diferentes, e assim por diante.

Por exemplo, você quer ter uma atitude positiva para ser um vencedor. Quando você tem um objetivo, sempre pergunte como você pode alcançá-lo. Todos os objetivos que temos na vida devem ser sensatos, calculáveis e alcançáveis com sua própria percepção. Uma visão positiva é um dos fatores que as pessoas de sucesso têm. É muito comum que as pessoas de sucesso tenham sempre uma visão e pensamentos positivos em seus empreendimentos.

Eles sempre lembram a si mesmos que as dificuldades podem ocorrer a qualquer momento, mas precisam ser encarados de maneira positiva e não se deixar tomar pelo negativo. Os pensamentos positivos são contagiosos e, quando você se depara com esse tipo de vibração acaba causando um ambiente de sucesso pois esse tipo de vibração atrai pessoas.

O método de Programação Neurolinguística é um assunto em que muitas pessoas estão se interessando. Isso lida precisamente com o relacionamento do homem, comportamentos, crenças e emoções. Isso tem muitos benefícios e um pequeno efeito colateral na aplicação real da vida. Isso também ajuda as pessoas a ter sempre uma visão positiva pela vida. Você tem que estar com a companhia de pessoas com a mesma percepção que você, assim também estará motivado a fazer a coisa certa sem se estressar. Se você falhar em alguma tarefa, você deve simplesmente voltar e ver o lado positivo disso. Você pode conseguir tudo que deseja se começar a mudar o modo como ver o mundo.

CAPÍTULO 7-PNL PARA GERAR RIQUEZA

Atualmente, aproximadamente todos os indivíduos estão ansiosos em busca de riquezas. Isso pode ser devido a várias razões, mas a mais comum delas é, obviamente, o desejo e o sonho de se tornar rico, para que nunca mais possam sofrer escassez financeira e pobreza. Bem, você deve ser um ótimo pretendente quando disser que não quer e precisa de riqueza. Todo indivíduo atualmente diz que quer se tornar rico. Obviamente, a riqueza não é apenas dinheiro e finanças. Também pode ser qualquer coisa, desde que uma pessoa esteja feliz e satisfeita com isso.

Por outro lado, existem várias instâncias, conhecimento e habilidades que você pode usar para manifestar riqueza. Isso pode ser muito útil, especialmente para as pessoas que realmente precisam de assistência quando se trata de enfrentar o público e falar por si. Uma vez que você manifestar riqueza, lembre-se sempre de que isso pode exigir que você desenvolva várias coisas e características em você. E um treinamento em PNL pode ajudá-lo muito quando se trata de comunicação e mentalidade.

Na verdade, o treinamento em PNL é mais como um treinamento 2 em 1, pois pode ser útil para os indivíduos quando se trata de falar por si mesmo e quando se trata de condicionar sua mentalidade ao que eles devem fazer e o que não fazem. Esse treinamento também pode fornecer uma grande autoajuda, que pode ser muito benéfica para a realização de seus sonhos e em quase tudo o que eles precisam fazer e desejavam. Portanto, você pode usar ainda mais o treinamento, o conhecimento e as habilidades da PNL através do seguinte:

Em primeiro lugar, você pode fazer um curso de PNL para ganhar autoconfiança, o que realmente será necessário para se aventurar em qualquer empresa. Isso o levará a manifestar e criar riqueza. Estar confiante não é apenas útil nos negócios, mas em quase todas as áreas da sua vida. Se você não tiver confiança suficiente ou precisa, não poderá obter nada, pois lhe falta o poder de enfrentar o que está em seu mundo exterior. Se você deseja ter sucesso e gerar a riqueza com a qual está sonhando há muito tempo, então

deve desenvolver confiança e autoestima, que é um dos princípios e aprendizado que você pode adquirir com a PNL.

A seguir, você pode aprender a se comunicar com os outros. A comunicação desempenha um papel vital em se aventurar em uma empresa ou em praticamente qualquer coisa neste mundo. Isso pode tornar as coisas mais claras para todas as partes e, depois que você tiver uma comunicação clara e sólida, poderá ter uma operação comercial de sucesso. Isso é o que você realmente precisará quando se aventurar em um negócio. Seja organizado e tenha habilidades e conhecimentos suficientes para manter a conversa com os colegas de trabalho. Se você deseja se aventurar em um negócio e acredita que possui poucas habilidades de comunicação, então, por todos os meios, pode ser muito importante que você se submeta a PNL. Caso contrário, você poderá ter dificuldade em explicar seus negócios a outras pessoas.

Por fim, a PNL pode ajudá-lo a superar as barreiras mentais que você realmente precisa vencer, especialmente quando precisar fazer negócios com alguma personalidade importante e da elite. Um indivíduo que está conversando com alguém deve pensar que está no mesmo nível para que possa elaborar perfeitamente o negócio que queria oferecer. Ser hábil em se comunicar com os outros é uma habilidade que você precisa desenvolver quando escolhe se aventurar no mundo dos negócios.

Se aventurar nos negócios não é tão fácil quanto você se imagina. Depois de decidir se aventurar nessa área, você deve considerar o desenvolvimento de muitas coisas além de boas habilidades de comunicação. Isso pode incluir disciplina, determinação e senso de responsabilidade. Portanto, é preciso ter cem por cento de certeza de que essas coisas serão desenvolvidas para conseguir obter renda e manifestar riqueza.

No entanto, você não está proibido de fazer as coisas que podem deixá-lo feliz e satisfeito, pois, como pessoa, você realmente precisa de uma espécie de pausa e recompensa pelos trabalhos que fez. Você pode sair com seus amigos ou fazer coisas que podem fazer você relaxar por todos os meios, se é isso que o revitaliza do estresse e da pressão nos negócios.

Depois de ser bem treinado em relação a PNL, você também poderá obter renda extra compartilhando suas habilidades e conhecimentos com outras pessoas que desejavam manifestar e obter riqueza como você.

Dessa forma, é mais provável que você compartilhe as coisas que aprendeu, bem como pode continuar aprendendo com outras pessoas que se beneficiam com o seu ensino. Lembre-se sempre de que compartilhar o que aprendeu e conquistou também pode fornecer mais conhecimentos

CAPÍTULO 8-PNL PARA VENCER FOBIA SOCIAL

A fobia social é um distúrbio que pode ser experimentado por qualquer pessoa. Mas antes de abordar a maneira possível de ajudar a superar o distúrbio, é melhor conhecer primeiro o significado dele. Ser capaz de saber o significado permite que você tenha uma ideia, se talvez um dos seus entes queridos ou até mesmo você estiver enfrentando fobia social.

A fobia social é definida como uma condição caracterizada por um medo distinto e constante de circunstâncias sociais ou de desempenho nas quais a humilhação pode acontecer. A exposição a esse tipo de situação quase invariavelmente agrava uma resposta instantânea à ansiedade. Embora adolescentes e adultos com esse distúrbio tenham identificado que seu medo não é tão grave, isso pode não ser um ponto de vista desenvolvido por crianças. Com maior frequência, as circunstâncias da fobia social são esquecidas, embora às vezes persista virando pavor. Para indivíduos com menos de 18 anos, os sinais podem ser percebidos por pelo menos 6 meses antes que o distúrbio seja determinado. Mas, esse tipo de diagnóstico não deve ser dado se o medo for aceitável. É semelhante ao contexto dos estímulos, como ser chamado na aula quando não está se sentindo preparado.

Indivíduos que sofrem de fobia social podem desenvolver hipersensibilidade a críticas, pensamentos negativos ou rejeição. Eles também têm dificuldade em ser assertivos e com baixa autoestima ou com um sentimento de fraqueza. Eles também podem possuir habilidades sociais ruins ou sinais visíveis de nervosismo. A maioria deles também tem moral baixa. Mas, ao ter esse distúrbio também tem meios para superá-lo. Um dos meios úteis é através da PNL. Uma vez que você ouviu pela primeira vez sobre a fobia social, é melhor saber o que isso significa e como usar a PNL para superar a fobia social.

A PNLL é definida como um sistema com mais de 40 anos formulado para aliviar ideias e práticas negativas e desenvolver a vida social e nos negócios. Porém, existem profissionais que criam afirmações exageradas em

relação à eficiência. Muitas pessoas disseram que superaram experiências traumáticas e fobias por meio da Programação Neuro Linguística, em pouco tempo. Diferentes meios estão envolvidos para obter esses resultados, mas tudo depende muito da imagem e visualização sensoriais.

Como usar a PNL para superar a fobia social? Abaixo estão listadas as técnicas que podem ser utilizadas para recuperar a autoestima:

Sistemas representacionais - esta é a técnica em que inclui motivação crescente, intensidade emocional e relacionamento.

Correspondência e espelhamento - usando características da estrutura de outra pessoa, palavras e muitas outras para criar conexão.

Mudando de lugar e de percepção - é como alternar entre vários pontos de vista, um dos três lugares mentais, como o eu, o ponto de vista de outra pessoa e do ponto de vista de uma pessoa externa.

Desenvolvimento - Resultados bem formados - aprimorando um resultado sensorial específico. Essa é uma ferramenta útil, particularmente na área de definição de metas.

Gerenciamento de Estado - isso inclui uma matriz de sistemas que inclui mudanças na fisiologia.

Reenquadrando - é mudar o pano de fundo de uma experiência para mudar seu significado.

Modo Meta - este é um modelo que possui diversas diferenças linguísticas que ajudam a reconhecer padrões de linguagem que ocultam a definição por meio de remoção, alteração e generalização. Este modelo é realmente muito benéfico para melhorar a comunicação e ajudar a fazer mudanças.

Padrão Swish - é considerado uma técnica poderosa de alterar um comportamento antigo e indesejado com um novo comportamento desejado. Esse tipo de técnica é realmente muito útil para gerar mudanças duradouras de comportamentos e hábitos.

Os escritos acima são apenas as técnicas básicas ou fundamentais de Programação Neurolinguística usadas para superar a fobia social. Como essas são apenas as técnicas básicas, existe definitivamente uma técnica avançada, considerada eficaz para superar a fobia social. Essas são consideradas as poderosas técnicas avançadas para superar a fobia social:

Meta-estados – Esse é o estado que prepara a mente-corpo para suportar um outro estado a um nível lógico mais alto para produzir um meta-estado. Definitivamente, isso é poderoso para ajudar a alterar uma variedade de áreas de uma determinada pessoa.

Loops aninhados - este é o método de conexão de estados. Esta é absolutamente uma ótima maneira de alterar os estados de outros enquanto interage com uma determinada pessoa ou grupo.

Padrões de linguagem - esses são os dispositivos linguísticos que podem ser utilizados para auxiliar no aumento da influência e da comunicação.

Novo gerador de comportamento - esta é uma técnica de imagem mental para saber como combinar rapidamente novas habilidades e comportamento.

Estes são poderosas técnicas da PNL que pode ser usada para superar a fobia social. Existem profissionais que podem ajudá-lo com essas técnicas.

CAPÍTULO 9-PNL PARA BLINDAR A AUTOCONFIANÇA

Autoconfiança é uma característica que todos devem possuir. Para definir melhor o termo, é a diversidade entre sentir medo e sentir-se preparado intelectualmente. Sua percepção de si mesmo tem um enorme impacto sobre como os outros o identificam. O insight é realmente uma realidade. Quanto mais autoconfiança você possuir, mais chances você terá de ter sucesso. Mas existem muitos fatores que afetam a autoconfiança que estão além do seu controle. Existem inúmeras coisas que você definitivamente pode fazer para criar autoestima.

Uma vez que tenhamos falta de confiança, é definitivamente difícil viver a vida que você deseja. Pense bem, muitas das pessoas de sucesso no momento têm uma coisa em comum: elas acreditam em si mesmas e em sua capacidade de alcançar as coisas que desejam. Mesmo que seu sonho não seja tão alto, mas se você não tiver autoconfiança, não o conseguirá atingi-lo. Portanto, se você deseja ganhar sua autoconfiança para conseguir as coisas que deseja, execute o primeiro passo e use a Programação Neurolinguística para melhorar sua autoconfiança.

Talvez você tenha ouvido esse método pela primeira vez. Para dar a você uma ideia sobre isso, a PNL é um divisor para a psicoterapia e as mudanças organizacionais com base em um modelo de comunicação interpessoal. Ele se preocupa principalmente com a relação que envolve padrões bem-sucedidos de conduta e experiência subjetiva subjacente a eles. É um método de terapia diferente, que busca educar as pessoas em autoconsciência e comunicação eficaz e modificar seus padrões de comportamento emocional e mental.

A falta de autoconfiança é realmente uma das razões pelas quais algumas pessoas pensam que ser confiante demais causa dor. O pensamento comum que a maioria das pessoas acredita é que ter muita confiança podem fazer outras pessoas não gostar de você. Talvez alguns se sintam mal com relação a eles e, acima de tudo, se todos os seus planos falharem, parecerão loucos. Esses são os pensamentos que levam alguns a escolherem melhor a falta de confiança para serem apreciados pelos outros. Mas, todos

esses são medos, e a Programação Neurolinguística definitivamente ajudará a transformar todos esses medos e transformá-los em autoconfiança.

Ao praticar PNL, inicie-a com o objetivo de determinar uma inspiração sólida para alterar sua prática de baixa autoconfiança e identificar o pensamento que está no coração do seu medo que te impedem de ser confiante. Por exemplo, se você deseja ter um novo relacionamento e está se segurando por causa do medo de ser rejeitado, pode utilizar a Programação Neurolinguística para deixar a dor da rejeição - que você tem medo – para que se transforme em prazer. A lista abaixo são os pensamentos que você deve ter, a fim de melhorar a sua autoconfiança:

Você deve pensar em coisas empolgantes que entrarão em sua vida depois que você deixar seus medos.

Imagine ou pense em si mesmo naquele lugar de profusão. Você precisa imaginar toda a informação claramente. Ao fazer isso, você deve imaginar o amor que receberá, os lugares magníficos que vai visitar e as experiências que terá como resultado de sua nova autoconfiança desenvolvida. É vital que você sinta a alegria de ter as coisas que sonha.

Depois disso, imagine como será se você não tiver essa alegria e amor em sua vida. Mais uma vez, é muito importante que você experimente a falta das coisas que deseja.

Depois de realizar esses processos, permitindo-se experimentar possuindo e não possuindo as coisas com as quais sonha por ter autoconfiança, sua mentalidade começará definitivamente a alcançar uma experiência mais positiva e seu comportamento será alterado de acordo. Além disso, o melhor meio para você melhorar sua autoconfiança é alterar a maneira de pensar sobre si mesmo. Você pode escrever uma lista de todas as suas qualidades, depois ler e revisar a lista que você faz todos os dias. Não pare de ler até que você acredite em todas as coisas que estão escritas lá. Depois disso, você pode adicionar novas qualidades à lista e acreditar em si mesmo que as possui e vai perceber que sua autoconfiança crescerá. Lembre-se de que todas essas coisas estão na sua mente.

Todos nós estamos definitivamente evitando de nos machucar. Mas não sabemos que, quando nos machucamos, esforçamo-nos mais para mudar e fazer ajustes finos que definitivamente nos ajudarão a realizar as coisas que

queremos. Depois que você se machuca e não tem autoconfiança, o que você deve fazer é fazer a PNL, que é pensar nos resultados depois que tivermos e não os pensamentos negativos.

CAPÍTULO 10-AUMENTANDO O PODER DA PNL

O treinamento da PNL pode desempenhar um papel muito importante em um determinado indivíduo, especialmente para aqueles que estão tendo dificuldade de se comunicar com outro, uma vez que possuem crenças autolimitantes. Atualmente, a Programação Neurolinguística ou mais comumente conhecida como PNL é especialmente projetada para essas pessoas. A comunicação é um fator muito importante que se deve considerar não apenas se eles pretendem se aventurar em qualquer negócio, mas também como empreendimento diários básicos. Ser hábil e confiante quando se trata de conversar com outras pessoas é uma grande vantagem para uma pessoa, pois é a chave para alcançar todos os seus sonhos.

A PNL pode ser bastante útil combinado às técnicas de modelagem, compartilhando com outras pessoas o quão vital é a comunicação e o próprio treinamento para alcançar as coisas que você realmente deseja. Na vida, existem várias barreiras que se deve enfrentar com a cabeça erguida. A PNL podem ser de grande ajuda para que as pessoas desenvolvam a confiança que realmente deveriam ter, para que possam enfrentar desafios e fracassos que estão sempre acompanhados de sua jornada para qualquer lugar ou status que desejassem alcançar.

No entanto, ainda existem várias coisas que as pessoas devem ter em mente depois de passar e aprender sobre a PNL. Uma delas é sobre como elas serão combinadas com técnicas de modelagem que provavelmente inspirarão outras pessoas. Depois de ter aprendido sobre PNL, você deve enfatizar que está sempre pronto para compartilhá-la. É pelo fato de ser uma ótima maneira para você, ao mesmo tempo que para as pessoas com quem está conversando, para aprender coisas práticas que você essencialmente precisava na vida.

As técnicas de modelagem referem-se a como você aprenderá e aplicará seu aprendizado simultaneamente na vida real. E isso, você deve provar ou mostrar aos outros o que alcançou e o que alcançará mais. Dessa forma, você pode motivá-las ainda mais, bem como combinar muito o aprendizado da

PNL através das técnicas de modelagem que você está prestes a exibir.

De alguma forma, isso pode ser uma corrente, o que significa que você está optando por ajudar várias pessoas. Por exemplo, você motivou dez pessoas combinando o aprendizado da PNL com as técnicas de modelagem. Depois que eles aprenderem muito com você, eles também compartilharão o que aprenderam e assim por diante. Agora, você pode imaginar quantas pessoas você ajudou? Bem, existem muitas porque essa cadeia de aprendizado pode permanecer por gerações a gerações.

No entanto, existem benefícios que você pode adquirir combinando a PNL com técnicas de modelagem e pode incluir o seguinte:

Em primeiro lugar, você aprenderá compartilhando seus pensamentos e os fatos que você já conhece. Dessa forma, você também pode aprender algo que você sabe desde o nascimento de uma maneira que não possa afetar sua vida social ou as outras fases da sua vida.

Segundo, pode te colocar no topo. Na realidade, existem pessoas que desenvolveram raiva de indivíduos ricos, famosos ou bem-sucedidos porque pensam e acreditam que as pessoas ricas são muito rudes e insensíveis. Bem, também pode ser sua missão mudar essa visão, combinando princípios de PNL com técnicas de modelagem. Você precisa alterar as crenças desses indivíduos e fazê-los acreditar que eles também têm um espaço no mundo em que você está agora. Nesse caso, tudo o que você precisa é de uma grande habilidade de comunicação que você também adquirirá através de um treinamento em PNL.

Por último, mas não menos importante, você pode adquirir paz de espírito e isso pode ser muito bom para relaxar e revitalizar. Você também pode obter respeito absoluto das pessoas que o fazem perceber as coisas e o status que alcançou.

Combinar conhecimento sobre PNL pode ser muito benéfico para ambas as partes. Dessa forma, as pessoas podem aprender muito sobre a realidade da vida no momento, pois também podem perceber as vantagens da PNL para as áreas pessoais e empresariais da vida.

CAPÍTULO 11-PNL COMO FERRAMENTA DE PERSUASÃO

A comunicação desempenha um grande papel quando se trata de alcançar o sonho de alguém ao mesmo tempo em que inspira os outros. Depois de obter sucesso e ficar um pouco satisfeito com sua carreira e status na vida, você pode usá-lo para inspirar outras pessoas ao se comunicar com elas. Dessa forma, você pode ajudar ainda mais os outros como chegar ao status que você chegou hoje e o que é necessário para fazê-lo. Portanto, você deve ter habilidades e conhecimentos suficientes para se comunicar com os outros.

De alguma forma, pode ser uma grande ação inspirar as pessoas a prosseguir e perseguir seus sonhos, não importa o quê.

Essa é uma das vantagens que a PNL pode te oferecer, pois pode levá-lo a aprender como compartilhar sua fortuna com outras pessoas. O treinamento em PNL pode ser um ótimo modelo para se comunicar com outras pessoas devido às seguintes razões:

Pode fornecer um ótimo treinamento para os indivíduos quando se trata de se expressar por meio de palavras. Ao mesmo tempo, permite que as pessoas compartilhem sua experiência afortunada com outras pessoas por meio de palavras de sabedoria e comunicando-se com elas especialmente às vezes que ficam confusas com o que devem fazer para alcançar seus objetivos.

A PNL explica ainda mais como a comunicação é vital para alcançar seus sonhos, ao mesmo tempo em que pode torná-lo qualificado, conhecedor e confiante o suficiente para falar por si mesmo e se comunicar com os outros. Portanto, se você pensa e acredita que não possui essas habilidades, pode ser importante que você se submeta ao treinamento em PNL. Ou, pelo menos, você pode ter uma pesquisa completa sobre a PNL e como a desenvolverá por si mesmo.

Isso pode ajudar as pessoas a condicionar sua mentalidade, para que tenham coragem e confiança para falar e expressar o que está pensando. Afinal, cada indivíduo tem seu próprio senso comum, que pode levá-los a se comunicar com os outros de uma maneira muito agradável, independentemente da

situação. De alguma forma, isso é a coisa mais importante que a PNL poderia proporcionar aos indivíduos, uma vez que uma mentalidade condicionada pode levá-los a realizar seus sonhos. Ao mesmo tempo, isso pode ajudá-lo a se comunicar com confiança em conversar com outras pessoas.

Existem vários casos em que a PNL pode ser de grande ajuda. No entanto, sua eficiência depende profundamente de um determinado indivíduo. Se você realmente deseja aprender com isso, pode fazê-lo, mas, se ignorar todos os fatos que está aprendendo com ele, poderá ser impossível sentir e experimentar sua eficiência.

Consequentemente, antes de considerar treinamento sobre PNL, você deve se avaliar primeiro. Na medida do possível, você deve resolver ou filtrar o motivo pelo qual fará esse treinamento. Não deveria fazer apenas porque você queria adquirir habilidades e confiança na comunicação com os outros. Você também deve considerar um programa como uma autoajuda, para que possa alcançar todos os seus objetivos na vida, independentemente do que seja. Se possível, você pode listar suas razões para participar de um treinamento e tentar resolvê-lo enquanto estiver em treinamento.

Depois se você preferir pesquisar apenas as informações essenciais de que precisará e ter autotreinamento e aprendizado por conta própria, você deve ter certeza de que sua mentalidade está condicionada

Essa também pode ser uma ótima maneira de você aprender mais sobre qualquer coisa através da comunicação com outras pessoas. Isso ocorre pelo fato de que conversar com praticamente qualquer pessoa é mais como um tráfego de mão dupla. Você pode fazer com que outras pessoas aprendam e você também com elas. Não é ótimo? Conversando e compartilhando conhecimento ao mesmo tempo em que adquire novos aprendizados. Parece emocionante, portanto, você só pode obter sucesso com isso. Diga adeus às más habilidades de comunicação e dê as boas-vindas ao mundo emocionante de ser um bom comunicador através da PNL.

CAPÍTULO 12- 5 ETAPAS ESSENCIAIS PARA O DOMÍNIO COMPLETO DA PNL

A maior parte do treinamento para profissionais da PNL é algo que a maioria das pessoas leva a sério. É totalmente uma área que é dedicada quando se trata de aprender o quão essencial é a função da mentalidade humana e como eles poderiam controlá-la. Na verdade, isso tem sido elogiado por alguns com um grande avanço na maneira como a mente funciona. Depois de se sentir envolvido em aprender como você pode ser um mestre em PNL, será melhor se você o iniciar usando apenas cinco etapas. No entanto, ainda existem alguns fatores que você precisa considerar se estiver aprendendo esse tipo de assunto. Aqui estão algumas das coisas que você pode encontrar e dedicar tempo para:

Livros e DVDs - existem muitos livros e até DVDs úteis para ensinar você sobre como usar a PNL de maneira eficiente, a fim de melhorar a maneira como você vive sua vida. No entanto, você ainda precisa saber que a maioria das coisas que você descobrirá é lixo absoluto e não facilitará você a fazer qualquer coisa, a não ser desperdiçar seu dinheiro. Infelizmente, a verdade é que, se você quer algo que seja significativo, certamente precisará pagá-lo. Certamente, ainda existem algumas exceções que você pode fazer, mas simplesmente observe que partes abaixo do padrão também são comuns.

Por outro lado, se você levar algum tempo assistindo DVDs ou lendo livros sobre PNL, pode ser uma coisa boa para você.

Procure um profissional confiável - se você gostaria de ser um mestre em PNL, pode ser ótimo contratar um profissional que será o único a ensinar sobre esse assunto. Há muitas pessoas que podem lhe ensinar sobre como empregar essas técnicas, bem como aquelas que estão ao seu redor. Esse tipo de treinamento pode ser uma coisa maravilhosa a se saber, pois você pode não apenas melhorar a vida de outras pessoas com o treinamento, mas também a sua. Portanto, para você ser um mestre de PNL, é uma boa ideia você conseguir alguém que possa lhe ensinar como ser um.

Cursos - depois de observar pessoas e instâncias, certamente você poderá encontrar muitos cursos públicos que oferecem PNL. Se você quiser experimentar, tente procurar por Richard Bandler. Ele é um dos fundadores da Programação Neurolinguística, portanto, evidentemente, ele possui o aprendizado e a habilidade benéficos para fornecer a você. Você pode encontrá-lo facilmente organizando seminários e até aulas juntos com os vários treinadores. Aprender e participar de seminários e de aulas com o Sr. Richard Bandler certamente faria sentido. Isso se deve ao fato de você já saber que está aprendendo com uma fonte confiável e não com um iniciante.

Visualização - a visualização também é um ponto da PNL. Em termos de programação neurolinguística, uma vez que você tenha visões, ele inclui vários sinais sensoriais. Basta incluir sons como sons ambientais, vozes e muito mais. Inclua o agravamento de sentimentos substanciais, até torneiras, calor e qualquer outra coisa. Além disso, você precisa absorver os odores a qualquer momento. Depois de fazer isso, você definitivamente perceberá que sua visão pode ter efeitos fortes adicionais para você. Simplificando, a visualização é um básico da PNL. Então, você precisa praticar e praticar mais.

Conexão - isso também é essencial quando se trata de dominar a PNL. Você deve saber como se conectar com os outros em termos de comunicação. Você precisa saber como motivar os outros, como você se motiva. Basta conversar com os outros e descobrir se eles o acharam sincero.

Dominar a PNL não é realmente uma coisa difícil, leva apenas um tempo para você conhecer e se familiarizar com ela. Na verdade, só começa com cinco segundos e isso pode ser uma coisa muito boa para você.

CONCLUSÃO

Espero que você tenha aprendido como a PNL pode influenciar a sua mente para alterar seus estados e aumentar suas chances de gerar resultado que direcionam para os seus objetivos.

A mente é uma parte do corpo muito complexa, porém se utilizada da forma correta será uma ferramenta poderosa a seu favor.

Obrigado novamente por fazer o download deste ebook!

Espero que este ebook tenha ajudado você a entender como a PNL funciona e como você pode usá-la em sua vida.

Quando se sentir confuso com a sua vida, leia este livro e entenda como você pode gerenciar sua mente.



Para terminar, se você gostou deste ebook, então eu gostaria de te pedir um favor, você poderia ser gentil e deixar uma nota e um comentário sobre ele na Amazon? Eu ficaria extremamente feliz!

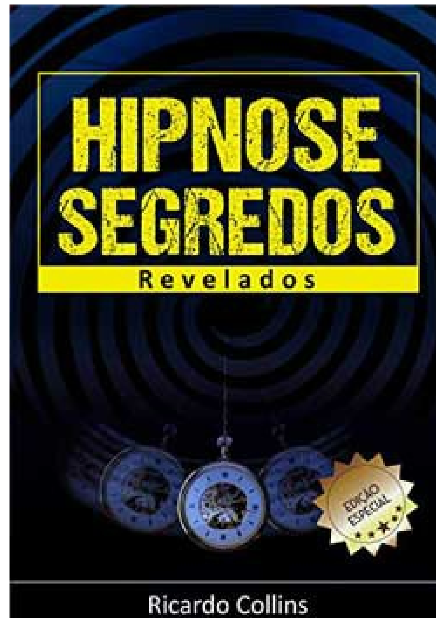
>>Clique Aqui Para Deixar Um Comentário sobre este Ebook Na Amazon.

Obrigado e boa sorte!

Edward W. Cooper

Leitura recomendada:

Hipnose: Segredos Revelados



(Clique aqui)

Leitura Dinâmica: Segredos Para Uma Leitura Super Rápida



(Clique aqui)